

# パインアップルポタージュ



## 材 料

	1人分	市販のスライス缶の場合(4人分)
パイン・クラッシュ缶果肉	30g	パイン缶スライス 3枚
トマト	25g	100g
玉ねぎ	20g	80g
人参	12g	48g
じゃがいも	10g	40g
水	15g	60g
塩麴	4g	16g
バター	3g	12g
豆乳(無調整)	100g	400g
醤油	2.5g	10g

1. パイン・クラッシュ缶果肉はざるにあけ、水気を切っておく。(パイン缶スライスの場合、みじん切りにしておく。)

トマト・玉ねぎ・人参・じゃがいもは、ざく切りにする。



2. 鍋に、ざく切りにした野菜・パイン・クラッシュ缶果肉・水・塩麴を加えて柔らかくなるまで煮たら、トロトロになるまでミキサーにかける。



3. 2を鍋に移し、バター・豆乳・醤油を加えて火にかけ、沸騰前に火を止め、とろみと味を調える(とろみは好みで、豆乳を加えて調整)。



温かいままでも、冷やしても美味しくいただけます。

この料理は、都内の小学校給食メニューとして出されたものです。